浙江帆船帆板:搏击风浪伴梦远航

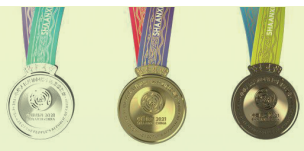
本报记者 赵 恺

“全运会·浙军检阅”系列报道

在碧海蓝天间挑战大自然的帆船帆板运动,光鲜亮丽的外表之下,是日复一日枯燥又乏味的艰苦训练,浙江帆船帆板队的队员们咬着牙坚持下来,在陕西全运会上一举摘得6金5银3铜。

在之前的东京奥运会上,浙江有5名选手出征帆船帆板比赛,是全国各省(市、自治区)人数最多的。

取得如此佳绩,离不开全队上下的努力付出。可谓是:耐得住寂寞,熬得住孤独,方能等到鲜花盛开这一天!



全运成绩单

◎本届全运会收获6金5银3铜,相比上届的2金3银2铜,增加4枚金牌、2枚银牌和1枚铜牌。

◎在女子帆板RS:X级长距离和障碍滑全能项目、男子470级场地中包揽冠亚军;女子470级场地收获1金1铜

全运人物谱

◎闫铮

获女子帆板RS:X级长距离和障碍滑全能项目金牌,首次参加全运会即战胜东京奥运会冠军卢云秀夺冠。

◎徐臧军

作为四朝元老,在男子470级场地比赛中,与搭档最后3轮表现出色,以净总分6分的成绩夺冠。

◎魏梦喜

在女子470级场地比赛中,四朝元老魏梦喜和搭档高海燕以绝对优势拿到金牌,终圆全运金牌梦。

中国陕西 2021
SHAANXI CHINA

苦不苦累不累,看浙江帆船帆板队

“有这么一句话,苦不苦,累不累,看看浙江帆船帆板队。在全国同行中,我们练得是最苦的,付出也是最多的。”省帆船帆板队科研兼体能教练马超群告诉记者,整个奥运全运备战周期,帆船帆板队一共只放了七天假。而这七天,还是因为受到疫情影响“因祸得福”。“队员也好,教练也好,都没能回家过个团圆年,队伍不是在海南就是在广东集训。”

不仅如此,浙江帆船帆板队每天的训练任务十分繁重。马超群介绍:“从周一到周六都排得满满当当,海上的训练课程量达到每周十节,平均每天在海上的训练时间有五到六个小时。此外,早晚还有体能训练,从早上醒来到晚上睡觉,队员们的一天基本上都是在训练中度过的。”

海上的训练环境不比陆地,要接受海浪的拍打、海风的洗礼、阳光的暴晒。夏冬两季更像是帆船帆板运动员们的梦魇。冬天,即便是在海南,最冷时也只有七八摄氏度。马超群回忆,今年1月在海南训练的时候,就遇到了恶劣寒流,当时队员们又要克服海上的严寒,又要面对寒潮飓风。冬天不仅冷在风里,当在训练过程中水直接从身上盖过去时,让人直哆嗦。十四运女子帆船470级冠军魏梦喜说,一个浪打过来就湿透了,海风再一吹,整个人都冻得发抖。而到了夏训,队员们要穿着防晒的长袖长裤,忍受高温高湿的环境,特别不容易。

带娃训练,老将扛起传帮带大旗

陈莎莎,十四运女子帆船49erFX冠军。在赛场上,她是乘风破浪的帆船选手,常年与海风作伴,与波涛为伍;在场下,她是年幼孩子的妈妈,褪下坚韧的外衣,用最柔软的心,去拥抱自己的宝贝。主教练唐宏告诉记者,陈莎莎为备战奥运、全运复出时,孩子刚满6个月,为了让她安心训练,年逾七旬的奶奶进队帮她带孩子,先后陪着陈莎莎辗转浙江、福建、海南。

老将王玮是一名爸爸教练员。“孩子还很小,家里都是靠妻子和老人去照顾,孩子每次生病,他都很难受,总觉得对家里人亏欠太多太多。”唐宏告诉记者,虽然有各种各样的困难,但王玮依旧凭着对帆船帆板的热爱,从运动员转型到教练员,一直没离开过大海。另一名运动员王吉昌则是克服了父亲患病的心理情绪,一直在努力训练,本届全运会摘银。每一位浙江帆船帆板人,为了这项事业都付出了很多,赛场上的争金夺银对他们最好的回报。

当好“后勤部长”,让勇士轻装上阵

“在海上日复一日地练习很枯燥,双人项目还能有个搭档在空闲时间聊天解闷,单人项目只能一个人忍受寂寞。”在马超群看来,除了做好运动员的训练保障、生活保障,更要重视心理保障。如果运动员出现了心理上的波动,教练员也会第一时间去干预和排解。“教练员们也从小在海上成长,有过亲身经历,他们把运动员当成了自己的孩子,帮助他们克服困难。”

2021年5月,全国帆板冠军赛举行,闫铮在第一个比赛日的障碍赛预赛阶段就遭到淘汰,这对她来说是一个不小的打击。“当时特别失落,内心很复杂,就想着是不是自己能力不够。而且全运会开赛在即,心理压力很大。”对此,作为闫铮的主带教练黄和俭第一时间给弟子“减压”,“她其实是有实力的,我对她的要求就是放下压力,拿出平时训练中的水平。同时,在后续训练中开始有阵针对性的训练,巩固每一个技术动作,帮助她找回自信。”在十四运女子帆板RS:X级长距离和障碍滑全能项目上,闫铮放下思想“包袱”,轻装上阵,终于拿到金牌。

帆船帆板运动训练基地离市区比较远,但在队里的支持下,大家“自娱自乐”的氛围浓厚。“运动员们爱好广泛,弹弹琴,聊聊天,看看书,打打篮球之类,也会玩玩游戏,让自己放松放松。”马超群笑着对记者说。

帆船帆板是与大海、与自然搏击的项目,在海上训练如果碰到狂浪巨浪,或者突然来的暴风雨天气,队伍也会有相应的避险方案,能够保证运动员的生命安全。此外,队里也尽一切可能帮助运动员解决后顾之忧,主动帮助运动员解决家里的困难,让大家能够全身心地投入备战中。